



所沢やすらぎの里デイサービスセンター献立表



日付 曜日	4月29日 月	4月30日 火	5月1日 水	5月2日 木	5月3日 金	5月4日 土
昼	御飯 味噌汁（かぶ・揚げ） A赤魚の照り焼き B麻婆豆腐 冬瓜の生姜煮 もやしと胡瓜の胡麻ドレ和え 漬物	御飯 味噌汁（舞茸・大根） A鶏肉のチーズ焼き Bほっけの香味焼き 白菜の当座煮 しめじとオクラのわさび和え 漬物	 A関西風わかめうどん（白身魚の天ぷら） B鶏肉のオニオンバター醤油焼き（御飯・味噌汁） ピーマンと人参の金平 カリフラワーのサラダ バナナ	御飯 味噌汁（玉葱・平茸） A牛肉と野菜の炒め煮 Bさわらのごま照り焼き じゃが芋の煮付け ほうれん草おぼろ和え 漬物	コンソメスープ（マッシュルーム・かぶ） A豆入りキーマカレー B蒸し白身魚の中華ソース（御飯） さといもの含め煮 きゅうりのおかか和え 黄桃缶	御飯 味噌汁（大根の葉・豆腐） Aメンチカツ Bたらの煮付け にんじんシリシリ きのこのおろし和え 漬物
AI補給-/塩分	425kcal	442kcal	446kcal	573kcal	578kcal	584kcal
BI補給-/塩分	553kcal	417kcal	514kcal	497kcal	425kcal	417kcal
おやつ	どら焼き（こしあん）・牛乳	抹茶ババロア・牛乳	あんぱん・牛乳	メロンゼリー・牛乳	もみじ饅頭・牛乳	カステラ・牛乳
おやつ I補給-	160kcal	167kcal	194kcal	113kcal	168kcal	169kcal
日付 曜日	5月6日 月	5月7日 火	5月8日 水	5月9日 木	5月10日 金	5月11日 土
昼	御飯 味噌汁（白菜・麩） A炒り豆腐包み焼き 野菜あんかけ Bかれの揚げ煮 京がんも煮 海藻サラダ 漬物	御飯 すまし汁（貝割れ・花麩） A白身魚のきのこあんかけ B豚肉の葱味噌焼き ふきと揚げの煮物 マカロニサラダ 漬物	御飯 味噌汁（冬瓜・しめじ） Aあじの焼き浸し B鶏肉の山椒焼き 春雨炒め ひじきの胡麻ドレ和え 漬物	 Aぶりの照り焼き（御飯・味噌汁） Bあんかけうどん 金平ごぼう かぼちゃのサラダ バナナ	御飯 味噌汁（玉葱・平茸） Aチキンソテートマトソース B赤魚の柚庵焼き もやしのかつお炒め ほうれん草のナムル 漬物	御飯 味噌汁（わかめ・揚げ） Aほっけのみりん醤油焼き B豚肉の塩麩炒め 茄子の煮付け いんげんのおかか和え 漬物
AI補給-/塩分	470kcal	454kcal	510kcal	615kcal	468kcal	401kcal
BI補給-/塩分	488kcal	613kcal	475kcal	538kcal	426kcal	519kcal
おやつ	チョコババロア・牛乳	青りんごゼリー・牛乳	カスタードどら焼き・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	蒸しパンケーキ・牛乳	吹雪饅頭・牛乳
おやつ I補給-	170kcal	145kcal	172kcal	151kcal	201kcal	163kcal

*都合によりメニューを変更する場合がございますので、ご了承ください。